

## MAIN VERTE

## Des feuilles des fleurs et des tisanes

En osmose avec la nature, Nathalie Baissac Daruty de Grand Pré confectionne avec amour ses tisanes, dont elle nous livre volontiers quelques secrets. Du potager d'herbes aux sachets, elle nous entraîne dans le fabuleux jardin secret de Feuilles & Fleurs.



elle une petite graine mise en terre, Feuilles & Fleurs a mis du temps à germer et aujourd'hui, elle ne cesse de s'épanouir grâce aux bons soins de Nathalie. Fervente partisane du bio, celle-ci ne ménage pas ses efforts pour ses tisanes naturelles à base d'une culture sans engrais chimiques ni pesticides. Avec ses connaissances en phyto-aromathérapie, entre autres, elle fait ses propres compositions de plantes et en connaît les vertus. C'est au cœur d'un écrin de verdure qu'elle a aménagé un petit jardin pour ses herbes. Là poussent dans une explosion d'effluves aromatiques basilic, thym, menthe, tulsi, ayapana, romarin et safran. Un peu plus loin, coco et combava ne passent pas inaperçus. Il n'y a que quelques épices que Nathalie achète avec une entreprise locale pour confectionner ses tisanes, soit de la cannelle, de la cardamome et de l'anis étoilé.

## Avant la mise en sachets

100% artisanale, Feuilles & Fleurs est le fruit d'un travail de longue haleine qui se perpétue au fil de la production des tisanes. La récolte se fait le matin et l'effeuillage est particulièrement soigneux, à la main, feuille par feuille. C'est dans une armoire spéciale que les feuilles sont ensuite séchées pendant 4-6 jours afin qu'elles conservent tous leurs principes actifs, qui seraient détruites si le séchage se faisait au soleil. Une fois séchées, elles sont mises en bocaux en attendant la mise en sachets.

## Des compositions aux vertus multiples

Grâce à ses enseignements, Nathalie mélange feuilles, épices et autres écorces de fruits



 Détox (romarin, thé vert, gingembre, curcuma)

- Fortifiante (romarin, thym, sauge, gingembre, cannelle)
- Infusion de soir (basilic, anis étoilé)
- Tisane de sauge (sauge)
- Délice d'été (menthe, coco séché, écorce de combava, thé vert)
- Tisane fraîcheur (menthe, cardamome)
- Bien-être des articulations (romarin, gingembre, curcuma)
- Digestion légère (ayapana, anis étoilé)

Il ne reste plus qu'à déguster sa tisane, un breuvage qui fait du bien au corps et réchauffe l'âme.



Nathalie, la fibre écolo - La nature et elle, c'est une grande histoire d'amour qui remonte à l'enfance. C'est dans le jardin familial que Nathalie se familiarise avec les plantes et se passionne particulièrement pour le sujet à travers une encyclopédie offerte par ses parents. Plus tard, elle devient Professeur d'Histoire Géographie et quand elle quitte son métier, c'est tout naturellement qu'elle décide de se tourner vers sa passion de toujours, les tisanes.

L'aventure Feuilles & Fleurs démarre et Nathalie se donne les moyens pour proposer le meilleur. Elle suit diverses formations en jardinage, cours de séchage de plantes, hygiène des aliments et phyto-aromathérapie. Aujourd'hui, la tête pleine d'enseignements et la passion toujours vive, Nathalie fourmille d'idées. Elle aspire notamment à approfondir ses connaissances dans le domaine des plantes tropicales. Toujours dans la mouvance du bien-être, elle propose, en plus de ses tisanes, des pochons de massage (tampons de Siam), des pochons pour les yeux ou encore des bâtons de fumigation à la sauge. Et parce que la nature, c'est son dada, Nathalie gère aussi un potager avec des légumes de toutes sortes en vente sur place, à Goodlands. Sur commande via le site http://www.feuilles-et-fleurs.com/ et la page Facebook de Feuilles et Fleurs.